

### ヘルパーステーションすずらん 総括・方針会議が行われました

「よりよい介護を」地域に根付いた充実した介護を「介護の力で利用者を元気にしよう」を合言葉に、すずらんでは毎年、総括・方針会議を行っています。介護福祉士試験に多くの職員が合格したこと、利用者との信頼関係が広がっていること、ヘルパー実習や研修会、学習会などに多くの職員が参加してきたことなどが報告されました。

各事業者からの報告、グループ

模事業所では事業の縮小・廃止を余儀なくされることも出てきています。また、介護保険の利用料の負担は大きく、必要なサービスであっても利用を断念するケースが増えています。

城南保健生協では「介護保険制度の改善を求める緊急要請署名」にとりくんでいます。協力医療機関の事業所にありますので、ご協力をお願いいたします。

2013年度、ヘルパーステーションすずらんは全職員力をあわせてがんばります。

### 介護ホットラインのご案内

介護についてのご相談は下記までお気軽に連絡をください。城南保健生協には5カ所の訪問介護事業所（ヘルパーステーション）があります。

3762-0106 すずらん本部（平和島）

### たまご通信 その4 アラ、おいしい！ あら煮

星野弘子  
(女子栄養大学 栄養生活指導士1級)

献立を考えていたら、子どもの頃のなつかしい日々を思い出した。それは銀鱈のあら、というよりは中骨であった。身が少し付いて一定の長さに揃っていたから、切り身から骨だけをすき取ったのだらう。とても安く手に入ったと、多量の骨を前に

プ討議を経てのまとめでは、介護職員不足の中、全事業所で経常黒字を確保したこと、働きがいややりがいは事例を通して、今まで築いてきたことを宝として、個人の目標や職場の課題を明確になどとし、今年度の方向性を確認しました。

この間、ヘルパー生活援助時間短縮による利用者の日常生活への深刻な困難や、訪問介護の介護報酬引き下げにより、小規

模事業所では事業の縮小・廃止を余儀なくされることも出てきています。また、介護保険の利用料の負担は大きく、必要なサービスであっても利用を断念するケースが増えています。

城南保健生協では「介護保険制度の改善を求める緊急要請署名」にとりくんでいます。協力医療機関の事業所にありますので、ご協力をお願いいたします。

2013年度、ヘルパーステーションすずらんは全職員力をあわせてがんばります。

が良く風味豊かである。頭の半身をかぶと焼きに、ほほ肉を潮汁に、また、身をほぐし取って野菜と煮たり、炊き込みご飯の具にしても良い。白身魚のあらは野菜たっぷりのスープに入れてると美味しいので、上品な旨味を生かすようあっさりした味付けがいい。

あら煮を作っていたら、また昔を思い出した。父は煮ごりが好きだった。たつぷり作ったあら煮は翌日になると、煮汁に溶け出したゼラチンが固まってゼリー状になった。子どもの私には、口の中で溶けてゆくのが不思議で大人の食べ物だと思っただ。ゼリーはやっぱり甘いお菓子の方がいい、と大人になった今も思う。

父はうれしそうだった。鍋に山盛りの白菜と骨を囲んで、一家4人で食べた。銀鱈の脂とこつてりした旨味が白菜からあらへも美味い思い出である。さらさらとしたのは、骨をきれいにしゃぶって集めておくと、父が唐揚げしてくれ、格好のおやつになった。昨今、銀鱈は高級魚になってしまったようだ。

スーパリーのチラシに天然ブリの切り身があったら、あらを目当てに出かけてみる。美味しく食べるには、調理前に塩を振り生臭さを除くことがポイント。持ち帰ったらまず塩を振ろう。水が出てきたら、たつぷりの湯

ミックスじゃがとアベノミックスって。経済政策の二つよ。何たつていまの？

エビフライ ミックス 定食

ミックスじゃがとアベノミックスって。経済政策の二つよ。何たつていまの？

エビフライ ミックス 定食

### アベノミックス



### 「城南の保健」手配りボランティア募集

城南の保健は組合員と協力医療機関、事業所職員のボランティアによって、手配りで配達されています。手配りは組合員どうしの助け合いでも大変重要な活動です。手配りボランティアをして下さる方には援助金が出ます。みなさんのご協力をお願いします。

南品川1～2丁目	13件	中央6丁目	11件
八潮5丁目1	18件	田園調布4丁目	4件
大崎2丁目	15件	田園調布5丁目	6件
東六郷2丁目1～4	27件	矢口1丁目	11件
西六郷1丁目20～30	20件	大森西3丁目1	4件
池上6丁目	31件	大森西3丁目2	6件
南馬込4丁目1～10	6件	大森西3丁目20～27	9件
南馬込6丁目1～10	9件		
南馬込6丁目27～33	9件		
中央4丁目	13件		

### 鶴の木・雪谷支部で「認知症学習会」

4月20日(土)、うのき診療所所長・澤浦先生を講師に認知症学習会を行いました。

支部主催の学習会は久しぶりで地域の組員さんの期待が高く、48人の参加でした。

単なる学習会にせず、うのき診療所や生協と地域のつながりが感じられるような会にしようとして、おしるこを準備。また、デイケアによる体操、認知症の方の詩の朗読なども行いました。質問も多くあり、詩の朗読に思わず涙する方も出て、充実した学習会となりました。

また、この中で3人の方が生協に加入してくれました。

参加された方が、後日受診された時に「学習会、本当によかった」と言ってくれ、このような活動を地域の方々が望まれていることを確信できました。

澤浦先生がわかりやすく講義

### 『薬剤師 急募中！ 薬剤師さんをご紹介ください』

地域医療をまもる薬局 (株) 城南医薬保健協働

(URL) <http://jyounaniyaku.co.jp/> (メール) [jyounaniyaku@mte.biglobe.ne.jp](mailto:jyounaniyaku@mte.biglobe.ne.jp)

本 部	〒143-0012	大田区大森東3-9-18	tel.3298-2421 / fax.3298-2422
大 森 薬 局	〒143-0014	大田区大森中1-22-1	tel.3298-4901 / fax.3298-4904
み つ ぎ 薬 局	〒141-0033	品川区西品川2-6-4	tel.3493-1493 / fax.5434-8747
う の き 薬 局	〒146-0091	大田区鶴の木2-2-9	tel.5482-8931 / fax.5482-8933
目 黒 本 町 薬 局	〒152-0002	目黒区目黒本町6-6-5	tel.5720-5048 / fax.5720-5049
東六郷1丁目薬局	〒144-0046	大田区東六郷1-24-16	tel.5714-4193 / fax.5714-4194
上目黒4丁目薬局	〒153-0051	目黒区上目黒4-21-9	tel.5724-4193 / fax.5724-4198
介護ショップらくだ	〒143-0012	大田区大森東3-9-18	tel.5762-8568 / fax.5762-8569
福祉タクシーらくだ			
本社営業所	〒143-0012	大田区大森東3-9-18	tel.3763-0204 / fax.5762-8569
久が原営業所	〒146-0081	大田区仲池上2-30-16	tel.5747-3870 / fax.5747-3871

### 福祉タクシー らくだ

タクシー運賃・料金は普通タクシーと同じ初乗運賃710円です。福祉タクシー「らくだ」は、車いすに乗ったまま、安全運転でお送りいたします。付き添いの方も3人までお乗りいただけます。

寝台車両の運賃は国土交通省認可料金です。  
(各営業所へお問い合わせください)

営業時間 午前7時～午後7時  
受付 午前9時～午後5時  
年中無休

本社営業所  
TEL 3763-0204 FAX 5762-8569  
久が原営業所  
TEL 5747-3870 FAX 5747-3871